

אסתמارة למסתخدامى خدمات التأهيل

الإسم الشخصى: _____
إسم العائلة: _____
رقم الهوية: _____
الجنس: ذكر / أنثى

المكتوب فى هذه الإستمارة موجه للرجال والنساء بشكل متساوى، إستخدام لغة المذكر هى للراحة فقط.
نوع الخدمة: ضع دائرة حول نوع الخدمة التى تستخدمها:

1. السكن: (هوستل، المجتمع الداعم (קהילה תומכת) ،سكن محمي (דיור מוגן)
2. العمل: (نادي عمل (מועדון תעסוקתי) / مصنع محمي (מפעל מוגן) / عمل مدعوم (תעסוקה נתמכת) / מיזם תעסוקתי / יזמות עסקית)
3. وقت الفراغ: نادي إجتماعي (מועדון חברתי) / יאללה מבליים אחרת / תוכנית עמיתים)
4. اعتماد / ارشاد / סומכות / חונכות
5. التعليم: (التعليم الجامعي المدعوم (השכלה נתמכת) / לייווי השכלה / מכינה)
6. تنسيق علاج (תיאום טיפול)
7. آخر، من فضلك فصل: _____

إسم إطار أو مكان التأهيل الذى تم تعبةنة الأסתمارة به: _____

هذه الإستمارة تحوي على أسئلة من مختلف مجالات الحياة. من فضلك إقرأ الشرح قبل كل سؤال واختر الجواب الذى يناسبك.
تحتوي الإستمارة على 90 سؤال، وهى مصممة لمساعدتك على تقييم أدائك وشعورك فى عدة مجالات فى حياتك. نكون شاكرين لك إذا قمت بتعبئة الإستمارة بشكل كامل وبصدق. إذا صادفت أي سؤال غير واضح تستطيع الإستفسار. الإستمارة تحتاج إلى نصف ساعة لتعبئتها.
شكرا جزيلا.

أ. الخلفية والتفاصيل الشخصية:

1. الوضع العائلي	1. أعزب	2. متزوج	3. مطلق	4. أرمل
2. التعليم	1. حتى 8 سنوات تعليم	2. بين 9-12 سنة دراسية	3. شهادة بجروت	
	4. دبلوم مهني	5. دراسات اكاديمية (لقب اول وما فوق).	6. اخر _____	
3. سنة الولادة				
4. مكان ولادة الأم (الدولة)				

ب. نوعيّة الحياة-

ب.1 مجال العمل

اقرأ كل عبارة واختر الجواب الذي يناسبك أكثر.

1. هل تعمل في مجال معين ؟ 1.نعم (إذا كان جوابك "نعم", رجاءً انتقل الى سؤال رقم 3) 2.لا

2. في حال كان جوابك "لا"-الى اي مدى تريد ان تعمل؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

* في حال كنت عاطل عن العمل او لا تتطوع, رجاءً انتقل الى سؤال رقم 5.

3. انا اعمل بمعدل :

3	2	1
خمسة ايام واكثر	ثلاثة-اربعة ايام في الاسبوع	يوم-يومين في الاسبوع

4. في يوم عمل, انا اعمل بمعدل:

3	2	1
اكثر من 6 ساعات في اليوم	بين 4-6 ساعات في اليوم	بين 1-3 ساعات في اليوم

9	5	4	3	2	1	
لا يخصني	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	5. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك المادي؟
9	5	4	3	2	1	6. إلى أي مدى تشعر انك تملك القدرات للنجاح في مجال العمل؟
9	5	4	3	2	1	7. إلى أي مدى تشعر ان لديك دعم / مساعدة للنجاح والتقدم في مجال العمل؟
9	5	4	3	2	1	8. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك المهني؟

9. هل كان بودك اجراء تغيير في مجال العمل ؟ 1.نعم 2.لا

10. في النصف سنة الاخيرة, هل تشعر ان كان هنالك تغيير في المجال المهني في حياتك ؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

11. مقابل عملي الذي اقم به, احصل على راتب :

6	5	4	3	2	1
لا اريد الاجابة	اكثر من 3000	بين 1201- 3000	بين 600- 1200	حتى 599	لا احصل على راتب

ب.2 مجال العلاقات الشخصية

المجال الاجتماعي

12. ما عدد الأشخاص الذين تعدهم كاصدقائك المقربين؟

4	3	2	1
أكثر من خمسة	بين ثلاثة- خمسة	بين واحد- اثنين	لا احد

13. في اسبوع عادي, كم مرة تتحدث مع شخص لا ينتمي الى عائلتك (مثلا: صديق, زميل في العمل, شريك والخ)؟

5	4	3	2	1
أكثر من 7 مرات	بين 6-7 مرات في الاسبوع	بين 3-4 مرات في الاسبوع	بين 1-2 مرات في الاسبوع	بالمرة لا

9	5	4	3	2	1	
لا يخصني	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	14. إلى أي مدى تشعر أنك تملك القدرات للنجاح في المجال الاجتماعي؟
9	5	4	3	2	1	15. إلى أي مدى تشعر ان لديك دعم / مساعدة للنجاح والتقدم في المجال الاجتماعي؟
9	5	4	3	2	1	16. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك الاجتماعي؟

17. هل كان بودك اجراء تغيير في المجال الاجتماعي ؟ 1.نعم 2.لا

18. في النصف سنة الاخيرة, هل تشعر ان كان هنالك تغيير في المجال الاجتماعي في حياتك ؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

المجال العاطفي او الزواج

19. هل انت في علاقة زوجية او عاطفية ؟ 1.نعم 2.لا

9	5	4	3	2	1	
لا يخصني	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	20. إلى أي مدى تشعر أنك تملك القدرات للنجاح في المجال العاطفي او الزواج؟
9	5	4	3	2	1	21. إلى أي مدى تشعر ان لديك دعم/مساعدة للنجاح والتقدم في المجال العاطفي او الزواج؟
9	5	4	3	2	1	22. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك للنجاح في المجال العاطفي او الزواج؟

23. هل كان بودك اجراء تغيير في المجال العاطفي ؟ 1.نعم 2.لا

24. في النصف سنة الاخيرة, هل تشعر ان كان هنالك تغيير في المجال العاطفي في حياتك ؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

المجال العائلي

25. إلى أي مدى أنت راضٍ من مكان سكنك؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	غير راضٍ

26. هل لديك اولاد؟ 1. نعم لا (في حال اجبت لا, رجاءاً انتقل الى سؤال رقم 28)

27. إلى أي مدى أنت راضٍ من العلاقة مع اولادك؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	غير راضٍ

28. إلى أي مدى أنت راضٍ من العلاقة مع افراد عائلتك الاصلية (الاخوة/الاهل)؟

7	6	5	4	3	2	1
لا يوجد لدي افراد عائلة	لست علي علاقة مع العائلة	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	غير راضٍ

9	5	4	3	2	1	
لا يخصني	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	29. إلى أي مدى تشعر انك تملك القدرات للنجاح في المجال العائلي؟
9	5	4	3	2	1	30. إلى أي مدى تشعر ان لديك دعم/مساعدة للنجاح والتقدم في المجال العائلي؟

31. هل كان بودك اجراء تغيير في المجال العائلي؟ 1. نعم 2. لا

32. في النصف سنة الاخيرة, هل تشعر ان كان هنالك تغيير في المجال العائلي في حياتك؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

ب.3 مجال الترفيه والمجتمع

9 لا يخصني	5 بشكل كبير جدا	4 بشكل كبير	3 بشكل متوسط	2 بشكل قليل	1 بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	33. الى اي مدى تستعمل مرافق جماهيرية؟ (مثلا: وسائل النقل العام, مراكز تجارية, المراكز الجماهيرية, مقاهي, صندوق المرضى, مصرف, مسجد, كنيسة, خلوة, حدائق عامة, بريد, إلى آخره..)
9	5	4	3	2	1	34. هل تشعر بلانتماء الى فئة اجتماعية معينة خارج اطار الصحة النفسية؟ (مثلا: اشخاص تسكن في منطقة سكنك, اشخاص من نفس الخلفية الدينية / الايمانية, اشخاص لديها مواهب تتشابه مع مواهبك, إلى آخره...)?
9	5	4	3	2	1	35. إلى أي مدى أنت راضٍ من الفعاليات التي تقوم بها في وقت الفراغ؟

36. وظائف مركبة: في حياتنا نقوم بالعديد من وظائف (الأدوار), (مثل: عامل, صديق, أحد أفراد العائلة, الخ ..) كم من الوقت في الأسبوع تقوم بهذه الادوار واخرى (بدون حساب الوقت الذي تكرسه للعناية بالنفس ولاعمال مختلفة في بيتك)?

5	4	3	2	1
اكثر من 30 ساعة في الاسبوع	بين 16-30 ساعات في الاسبوع	بين 6-15 ساعات في الاسبوع	بين 3-5 ساعات في الاسبوع	ساعتان او اقل

37. الى اي مدى تشارك او تحصل على خدمات في اطار الذي يتواجد فيه "مستهلكون كمقدمي خدمات" - متعالجين الذين يشتغلون كاعضاء طاقم (مثلا: فرقة دعم التي يرشدها اشخاص مُعالجون , خدمة او دعم من عامل اعادة تأهيل (منسق علاج, مرشد وبعد) الذي هو نفسه مُعالج ؟

6	5	4	3	2	1
لا اعرف ما هذا "مستهلكين مقدمي خدمات"	انا اتلقى عدة خدمات التي يشترك فيها اشخاص مستهلكين مقدمي خدمات	انا اتلقى خدمة التي يشترك فيها اشخاص مستهلكين مقدمي خدمات	انا معني في خدمات التي يشترك فيها اشخاص مستهلكين مقدمي خدمات	انا اعرف عن عدة خدمات التي يشترك فيها اشخاص مستهلكين مقدمي خدمات لكنه غير معني	لا اعلم عن اي خدمة التي يشترك فيها اشخاص مستهلكين مقدمي خدمات

38. هل طرأ تغيير في جودة حياتك في السنة الاخيرة (مثلا: الرضا عن العمل, الوضع الاجتماعي, الوضع الاقتصادي, الخ)?

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

ب.4 مجال العلم

39. هل تتعلم (اكمل بجروت, تحضير لدراسات عالية, دورة مهنية, دراسات اكااديمية, ستوديو, اخر)?

1. نعم (في حال اجبت "نعم", رجاءاً انتقل الى سؤال رقم 41) 2. لا

40. في حال اجبت "لا"- الى اي مدى كنت ترغب ان تتعلم؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

9	5	4	3	2	1	
لا	بشكل	بشكل	بشكل	بشكل	بالمرة لا	
يخصني	كبير جدا	كبير	متوسط	قليل		
9	5	4	3	2	1	41. إلى أي مدى تشعر انك تملك القدرات للنجاح في مجال التعليم؟
9	5	4	3	2	1	42. إلى أي مدى تشعر ان لديك دعم/مساعدة للنجاح والتقدم في مجال التعليم؟
9	5	4	3	2	1	43. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك في مجال التعليم؟

44. هل كان بودك اجراء تغيير في مجال التعليم؟ 1. نعم 2. لا

45. في النصف سنة الاخيرة, هل تشعر ان كان هنالك تغيير في مجال التعليم في حياتك؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

ج. الأهداف والغايات

1. التقدم نحو الاهداف - خلال الـ 3 اشهر الاخيرة, وضعت لنفسى :

5	4	3	2	1
وضعت هدفاً شخصياً, <u>وحققته</u>	وضعت هدفاً شخصياً, وانا قريب من تحقيقه	وضعت هدفاً شخصياً, واقتربت قليلاً من تحقيقه	وضعت هدفاً شخصياً, لكني لم <u>اعمل شيئاً لتحقيقه</u>	ولا حتى هدفاً واحد

2. في اي مجالات وضعت لنفسك اهداف, والمدى اليه وصلت في تحقيقها؟

مدى تحقيق الهدف				اختار حتى هدفين
4	3	2	1	2.1
لم اضع هدفاً	الهدف تحقق	الهدف تحقق بشكل جزئي	الهدف لم يتحقق	الهدف الاول في مجال-رجاءً احظ هدف <u>واحد فقط</u> (المجالات مكتوبة حسب ترتيب الابدائية): اقتصادي / ترفيه/ تعليم/ حياة زوجية/ صحة جسدية/ صحة نفسية/ علاقات اجتماعية/ عائلة /عمل/ مكان السكن/ نشاط تطوع / لا يخصني-لا اعرف /هدف آخر
4	3	2	1	2.2
لم اضع هدفاً	الهدف تحقق	الهدف تحقق بشكل جزئي	الهدف لم يتحقق	الهدف الثاني في مجال-رجاءً احظ هدف <u>واحد فقط</u> (المجالات مكتوبة حسب ترتيب الابدائية): اقتصادي / ترفيه/ تعليم/ حياة زوجية/ صحة جسدية/ صحة نفسية/ علاقات اجتماعية/ عائلة /عمل/ مكان السكن/ نشاط تطوع / لا يخصني-لا اعرف /هدف آخر

هدف في مجال (تفاصيل):

اقتصادي / المال - (مثلاً: كسب المزيد من المال أن أكون مستقل مادياً)

ترفيه/ وقت الفراغ - (مثلاً: المشاركة في دورات، نشاط رياضي، التمتع بوقت فراغي)

تعليم - (مثلاً: بدء الدراسة/ دورة ، إكمال البجروت، الحصول على شهادة مهنية/ لقب جامعي/ اللغة ...)

حياة زوجية - (مثلاً: إيجاد زوج / زوجة، الحفاظ على علاقة زوجية)

صحة جسدية - (مثلاً: التقليل من التدخين ممارسة الرياضة تخفيف الوزن الذهاب للطبيب عند الحاجة)

صحة نفسية

عائلة - (مثلاً: تجديد العلاقات العائلية الحفاظ على علاقات مع العائلة...)

علاقات اجتماعية - (مثلاً: إجراء إتصالات مع الأصدقاء الحفاظ على إتصال مع الأصدقاء...)

عمل/ وظيفة - (مثلاً: العثور على عمل/ تغيير العمل/ تحسين الظروف...)

مكان السكن - (مثال: تغيير مكان الإقامة الانتقال الى مسكن أكثر استقلالية ، إجراء تغييرات في المنزل ترميم المنزل ، دهان المنزل ،استبدال الاثاث ...)

نشاط تطوع

هدف آخر

د.الصحة النفسية

1. كم تعرف عن المشكلة/المرض/ الاعاقة النفسية او الاعراض التي تواجهها , عن امكانيات العلاج , طرق المواجهة والادوية؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

2. الى اي مدى الاشخاص القريبة مثل العائلة, اصدقاء, زوج/زوجة واشخاص اخرين المهمين لديك (خارج اطار الصحة النفسية), يشتركون في علاج صحتك النفسية؟

5	4	3	2	1
دائما, بالإضافة هم يساعدوني حقا في موضوع صحتي النفسية	اغلب الوقت	احيانا, مثلا عندما تتنازم الامور	فقط عندما يوجد مشكلة كبيرة	قطعا لا

3. الى اي مدى, حسب احساسك, تواجه وضعك النفسي او العاطفي في الحياة اليومية؟

5	4	3	2	1
واجه بشكل جيد جدا	واجه بشكل جيد	واجه بشكل متوسط	لاواجه بشكل جيد	لاواجه بالمره

4. إلى أي مدى أنت راضٍ من وضعك النفسي؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	غير راض

5. في نصف السنة الأخيرة, هل تشعر انه حدث تغيير في وضعك النفسي؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

6. استعمال الادوية بشكل مفيد- في اي وتيرة تتناول الادوية, بحسب ما وصف لك الطبيب ؟

6	5	4	3	2	1
بحسب تعليمات الطبيب المعالج وبالتنسيق معه انا لا اتناول الادوية	اتناول الادوية كل يوم	اتناول الادوية اغلب الاوقات	اتناول الادوية تقريبا منتصف الوقت	اتناول الادوية احيانا	لا اتناول الادوية بالمره

7. متى في المرة الاخيرة دخلت المستشفى بسبب وضع نفسي او بسبب استعمال مواد مثل الكحول والمخدرات؟

5	4	3	2	1
لم ادخل المشفى خلال السنة الاخيرة او اكثر	خلال 7-12 اشهر الاخيرة	خلال 4-6 اشهر الاخيرة	خلال الشهرين حتى الثلاثة الاخيرين	خلال الشهر الاخير

8. خلال الثلاثة اشهر الاخيرة, الى اي مدى اثر استهلاك الكحول بشكل سلبي على ادائك؟

6	5	4	3	2	1
لا استهلك الكحول	استهلاك الكحول لا يؤثر على ادائي	استهلاك الكحول اثر بشكل بسيط	استهلاك الكحول اثر بشكل متوسط	استهلاك الكحول اثر بشكل كبير	استهلاك الكحول اثر بشكل كبير جدا

9. خلال الثلاثة اشهر الاخيرة, الى اي مدى استعمال المخدرات ومواد مدمنة, اثرت بشكل سلبي على ادائك؟

6	5	4	3	2	1
لا استعمل المخدرات	استعمال المخدرات لا يؤثر على ادائي	استعمال المخدرات اثر بشكل بسيط	استعمال المخدرات اثر بشكل متوسط	استعمال المخدرات اثر بشكل كبير	استعمال المخدرات اثر بشكل كبير جدا

هـ. تأثير أعراض المرض على الأداء

خلال الشهر الأخير:						
9 لا يخصني	5 بشكل كبير جدا	4 بشكل كبير	3 بشكل متوسط	2 بشكل قليل	1 بالمرة لا	
9	5	4	3	2	1	1. أعراض المرض أثرت أو شوّشت على عملك أو تعليمك؟
9	5	4	3	2	1	2. أعراض المرض أثرت أو شوّشت على حياتك الاجتماعية أو على فعاليتك في أوقات الفراغ؟
9	5	4	3	2	1	3. أعراض المرض أثرت أو شوّشت على حياتك العائلية أو على مسؤولياتك في المنزل؟
9	5	4	3	2	1	4. الى اي مدى اعراض المرض تطاردك؟

5. الى اي مدى العوارض (او المرض) تشكل عليك صعوبة بالقيام بأشياء تريدها , او بحاجه ان تقوم بها؟

5	4	3	2	1
الاعراض/المرض لا تؤثر بالمرة	الاعراض/المرض تؤثر بشكل قليل	الاعراض/المرض تؤثر بشكل متوسط	الاعراض/المرض تؤثر بشكل كبير	الاعراض/المرض تؤثر بشكل كبير جدا

6. اي من العبارات التالية تصف بأفضل شكل ما تعرفه وماذا فعلت لكي لا تتكرر تجربة عن المشكلة/لمرض/ الاعاقة النفسية او العوارض ؟

5	4	3	2	1
يوجد لدي برنامج مكتوب الذي يساعدني لمنع او تخفيف من تأزم او تكرار العوارض وقد شاركت الآخرين به	انا اعلم عن عدد من الاشياء التي استطيع القيام بها لمنع او تخفيف من تأزم او تكرار العوارض, لكن لا يوجد لدي برنامج مكتوب	انا اعلم عن شيء او اثنان استطيع القيام بهما لمنع او تخفيف من تأزم او تكرار الاعراض, لكن لا يوجد لدي برنامج مكتوب	انا اعلم القليل, لكنني لم احضر برنامج لمنع او تخفيف من تأزم او تكرار العوارض	لا اعلم كيف امنع او اخفف من تأزم او تكرار العوارض

7. متى كانت اخر مرة اشتدت فيها الاعراض المرضية عليك او تعرضت فيها لتكرار المشكلة/لمرض/ الاعاقة النفسية او العوارض (اي, متى
اصبحت الاعراض اكثر صعوبة)؟

5	4	3	2	1
لم اتعرض للتكرار خلال السنة الاخيرة	خلال 7-12 اشهر الاخيرة	خلال 4-6 اشهر الاخيرة	خلال الشهرين حتى الثلاثة الاخيرة	خلال الشهر الاخير

9 لا يخصني	5 بشكل كبير جدا	4 بشكل كبير	3 بشكل متوسط	2 بشكل قليل	1 بالمرة لا	الرجاء تقييم أدائك في المجالات التالية عن طريق اختيار الإجابة المناسبة:
9	5	4	3	2	1	1. انا اناجح في إدارة مهارات التدبير المنزلي (مثلاً: النظافة، الترتيب، وغسل الملابس، الطعام)
9	5	4	3	2	1	2. انا اناجح في ادارة الاموال (مثلاً: اتخاذ قرار شخصي فيما يجب القيام به بالمال الخاص، شراء الأشياء لنفسك بشكل مستقل، عدم التورط في الديون، دفع الفواتير في الوقت المحدد)
9	5	4	3	2	1	3. انا اناجح في التنقل في الحياة اليومية (مثلاً: التنقل من مكان الى آخر بشكل مستقل، استخدام وسائل النقل العام)
9	5	4	3	2	1	4. انا اناجح في التعامل مع مشاكل الحياة اليومية (مثلاً: النجاح في اتخاذ القرارات، التعامل مع صعوبات غير متوقعة التي تواجهك في الحياة اليومية)
9	5	4	3	2	1	5. انا اناجح في اللباس والمظهر الملائم، العناية الذاتية (مثلاً: لباس ملائم ، الاستحمام والنظافة الشخصية)
9	5	4	3	2	1	6. انا اناجح في استخدام خدمات الطب النفسي بالشكل الذي يساعدني (مثلاً: لقاءات مع طبيب نفسي، استخدام الأدوية بشكل فعال)
9	5	4	3	2	1	7. انا اناجح في الأداء الاجتماعي (مثلاً: النجاح في تكوين علاقات اجتماعية والحفاظ عليها، المشاركة في فعاليات اجتماعية)
9	5	4	3	2	1	8. انا اناجح في الأداء في المجتمع (مثلاً: القدرة على الاستخدام والتمتع بالخدمات/ بالمؤسسات وبأماكن الترفيه الجماهيرية، مثل: مراكز الجماهيرية، دورات، مراكز تجارية، حوانيت، حدائق العامة، صندوق المرضى، المصرف، التأمين الوطني، الكنيس، المسجد، الكنيسة، الخلوة ، مقاهي، الأفلام، الخ)
9	5	4	3	2	1	9. انا اناجح في الأداء في العمل
9	5	4	3	2	1	10. انا اناجح في الأداء الأكاديمي

11. في النصف السنة الاخيرة, هل كان هناك تغيير في ادائك العام (مثلاً: الأداء في العمل، التأقلم مع أفراد العائلة والأصدقاء إلى آخره)؟

3	2	1
تغيير ايجابي	لم يحدث تغيير	تغيير سلبي

ز. الصحة الجسدية

1. كيف تقيّم صحتك الجسدية بشكل عام؟

4	3	2	1
جيدة جدا	جيدة	ليست جيدة	سيئة

2. الى اي مدى انت راض عن صحتك الجسدية؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	غير راض بالمرّة

3. هل في السنة الاخيرة, قمت بزيارة طبيب عائلة / طبيب مختص اخر, بسبب مشاكل صحية جسدية ؟

5	4	3	2	1
لا يخصني / لم اكن بحاجة	7 مرات او اكثر	بين 4-6 مرات	بين 1-3 مرات	لا

4. هل في السنة الاخيرة كنت في غرفة الطوارئ العامة, بسبب مرض/ وجع جسدي؟

4	3	2	1
لا يخصني/لم اكن بحاجة	4 مرات واكثر	بين 1-3 مرات	لا

5. هل دخلت المشفى في السنة الخيرة , بسبب مرض/ وجع جسدي؟

4	3	2	1
لا يخصني/لم اكن بحاجة	4 مرات واكثر	3-1 مرات	لا

6. هل تعاني من مشاكل صحية؟

4	3	2	1
بدرجة التي تؤثر على ادائي بشكل كبير	بدرجة التي تؤثر على ادائي احيانا	بدرجة التي لا تؤثر على ادائي	لا

في حال اجبت "لا" على سؤال رقم 6 , رجاءً تخطى سؤال رقم 7 (قائمة الإعاقات)/

7. هل تشكي من احد او اكثر من المشاكل الصحية الاتية (رجاءً اختر/ اختاري كل ما يخصك)

1. أمراض القلب	2. ضغط دم مرتفع	3. مرض السكري	4. السرطان	5. مرض تنفس / مرض رئات	6. مرض مفاصل / عظم
7. مشاكل في جهاز الهضم	8. مشاكل نظر / مشاكل عيون	9. كولسترول / دهون في الدم	10. مشاكل في الغدة الدرقية	11. مرض الاوعية الدموية	12. حساسية
13. بدانة	14. مشاكل في الظهر	15. اصابة في الذاكرة / صعوبات كبيرة في القدرة على التركيز	16. مشاكل في الحركة (ضعف / صلابة / ارتجاج)	17. تعب مزمن / دائم	18. مشاكل في السيطرة على البول
19. مرض الكلى (كلاوي)	20. صعوبات في الأداء في المجال الجنسي	21. وجع مزمن	22. اخر _____		

8. في الشهر الأخير انا اقوم بنشاط رياضي على الأقل 30 دقيقة متواصلة (مثلا: مشي, ركض, سباحة, ركوب الدراجة....)

4	3	2	1
عدة مرات في الاسبوع	مرة في الاسبوع	بين 1-2 مرات في الشهر	لا

9. في الشهر الاخير , انا احافظ / ادقق على نظام غذائي صحيح

4	3	2	1
عدة مرات في الاسبوع	مرة في الاسبوع	بين 1-2 مرات في الشهر	لا

10. عادات تدخين – في السنة الاخيرة , انا:

4	3	2	1
ادخن اكثر من علبة في اليوم	ادخن حتى علبة في اليوم	ادخن حتى نصف علبة في اليوم	لا ادخن

11. هل انت بحاجة الى علاج اسنان؟

1. نعم 2. لا

12. هل حصلت / تحصل على علاج اسنان من قبل سلة الخدمات التأهيلية؟

1. نعم 2. لا (انتقل الى سؤال رقم 14)

13. الى اي مدى انت راض من العلاج التي تحصل/ين عليه؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

14. هل توجهت "مساهمة مادية خاصة للمساعدة بشراء اثاث وأدوات كهربائية" (سابقا "صندوق اعادة التأهيل")؟

1. نعم 2. لا 3. لا اعرف ما هذا

15. في حال اجبت "نعم" على سؤال رقم 14, الى اي مدى انت راض من خدمة "مساهمة مادية خاصة للمساعدة بشراء اثاث وأدوات

كهربائية" (سابقا "صندوق اعادة التأهيل")؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

16. لأي درجة تشعر أن الخدمة، التي من خلالها انت تملأ هذه الاستمارة، تساهم في عملية تأهيلك (علاجك)؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

17. لأي درجة كنت توصي صديقك بتلقي هذه الخدمة (الخدمة التي من خلالها انت تملأ هذه الاستمارة)؟

5	4	3	2	1
بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	قطعا لا

شكرا جزيلا!